

**HUBUNGAN ANTARA EMOTIONAL SPIRITUAL QUOTIENT
DENGAN STRES KERJA YANG DIALAMI OLEH
KARYAWAN P.T. ETERINDO NUSA GRAHA
GRESIK**

02/11/2003
300
1

SKRIPSI



Oleh :

**ANDRI SUGIARTO
119710210**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2003**

HALAMAN PERSETUJUAN

**Skripsi ini telah disetujui oleh
Dosen Pembimbing Skripsi**



Dr. MMW. Tairas, MA., MBA
NIP. 131 675 106

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa “ada hubungan yang sangat signifikan antara ESQ dengan stres kerja” dengan arah hubungan negatif. Semakin tinggi tingkat ESQ maka semakin rendah tingkat stres kerja yang dialami oleh karyawan, dan semakin rendah tingkat ESQ maka semakin tinggi tingkat stres kerja yang dialami oleh karyawan.

Hal ini berarti hipotesis tunggal yang menyatakan “Ada hubungan antara kecerdasan emosional spiritual (ESQ) dengan stres kerja yang dialami oleh karyawan P.T. Eterindo Nusa Graha, Gresik” diterima.

5.2 Saran

1. Untuk Karyawan

Stres yang berlebihan berdampak sangat buruk bagi setiap individu. Bahkan bagi seorang karyawan dampak stres dapat meluas hingga mempengaruhi kinerjanya, cemas yang terus menerus, mudah marah, susah tidur, hingga penyakit fisik. Pada situasi seperti itu, berpikir positif sangat membantu meringankan stres yang dialami.

2. Untuk Perusahaan

Hasil penelitian yang membuktikan ada hubungan yang berarti antara ESQ dengan stres kerja dapat menjadi masukan bagi perusahaan untuk

mengupayakan meningkatkan kecerdasan emosional spiritual karyawan atau berusaha mengurangi hal-hal yang dapat menimbulkan stres (stressor) di tempat kerja. Upaya yang dapat dilakukan antara lain menyeleksi calon karyawan, mengadakan diskusi atau ceramah keagamaan, mengadakan kegiatan yang bermaksud untuk mempererat kerjasama dan kekompakan tim, menempatkan karyawan pada posisi yang sesuai dengan keahliannya dan upaya-upaya lainnya.

3. Untuk Peneliti Selanjutnya

Dalam penelitian ini masih banyak variabel-variabel yang kemungkinan mempengaruhi tidak terkontrol, sehingga ada kemungkinan terjadi bias. Peneliti berikutnya yang tertarik pada masalah ESQ atau stres kerja hendaknya memperhatikan variabel-variabel lain yang diduga turut mempengaruhi tingkat stres, misalnya kepribadian introvert-ekstrovert, atau memilah-milah kepribadian secara lebih khusus lagi seperti yang telah diungkapkan oleh Zohar (2001: 112-114):

- Kepribadian Konvensional (Persepsi Ekstrover Jung)
- Kepribadian Sosial (Perasaan Ekstrover Jung)
- Kepribadian Investigatif (Pemikiran Introver Jung)
- Kepribadian Artistik (Persepsi Introver Jung)
- Kepribadian Realistis (Perasaan Introver Jung)
- Kepribadian Pengusaha (Pemikiran Ekstrover Jung)

Atau mencoba meneliti stres pada posisi jabatan yang lain.